

 **programación**

... EDUCACIÓN
FÍSICA

4.º de Primaria

Te adjuntamos las primeras páginas del modelo de programación didáctica de la especialidad de Educación Física para la Comunidad de Madrid, para 4.º curso de Primaria.

Como podrás comprobar, el modelo de programación de Cenoposiciones está redactado especialmente para cada comunidad autónoma y aborda todas las características que demandan las respectivas normativas educativas.

JUSTIFICACIÓN	5
CONTEXTO	6
OBJETIVOS	9
CONTENIDOS	13
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	16
CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS	17
RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	18
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	23
RELACIÓN CON OTRAS ÁREAS, FOMENTO DE LA COMPRENSIÓN LECTORA Y EXPRESIÓN ORAL E INTEGRACIÓN DE LAS TIC	28
EVALUACIÓN	30
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	32
FICHAS RESUMEN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS	33
BIBLIOGRAFÍA	49

JUSTIFICACIÓN

Esta programación se encuentra dirigida a alumnos y alumnas de 4º de Primaria (2º curso del 2º Ciclo). Entendemos por programación el *conjunto de Unidades Didácticas que ordenan, concretan y secuencian los diferentes elementos del currículo que se diseñan y desarrollan en cada área o asignatura para un nivel o ciclo educativo* (Antúñez, S. et. al., 2001).

Además de dar respuesta a un imperativo legal con esta programación intento, dejando margen a la creatividad y la imaginación, eliminar el azar y la improvisación y llamar la atención sobre los siguientes aspectos, a saber:

1. Aumento del sedentarismo infantil. Hay niños/as que hacen mucho ejercicio, pero muchos otros sólo lo practican en nuestras clases de Educación Física.
2. 16% de sobrepeso-obesidad entre los niños/as. Triple problema: TV + ordenador + videojuegos. Datos de la Consejería de Sanidad
3. La importancia de fomentar estilos de vida activos y saludables y la utilización constructiva del tiempo de ocio por razones incuestionables.

El trabajo cooperativo, la utilización del juego, hábitos saludables, el conocimiento del propio cuerpo (¿por qué y cuándo me fatigo?, ¿de qué soy capaz?, ¿cuáles son mis límites?), el esfuerzo y la autosuperación, la atención a la diversidad, el fomento de la comprensión lectora y la expresión oral y el uso de las TIC como recurso de apoyo al área en un clima agradable serán nuestras propuestas, y para ello presento una programación variada de 15 Unidades Didácticas.

Para finalizar esta justificación me gustaría destacar el papel fundamental que la Constitución española atribuye a la Educación Física y el Deporte (artículo 43.3): «Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo facilitarán la adecuada utilización del ocio». La frustrada Constitución Europea de 2004 también plasmó la defensa de estas actividades (art. 111-282), y el Tratado de Lisboa, de 3 de diciembre de 2007 (por el que se modifican el Tratado de la Unión Europea y el Tratado constitutivo de la Comunidad Europea), en pleno proceso de ratificación por los países de la Unión Europea, defiende en su articulado «la dimensión europea del deporte, promoviendo la equidad y la apertura en las competiciones deportivas y la cooperación entre los organismos responsables del deporte, y protegiendo la integridad física y moral de los deportistas, especialmente la de los más jóvenes.» (art. 2-124 in fine).

CONTEXTO

MARCO LEGAL

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), publicada en BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.
- Decreto 22/2007, de 10 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Primaria.
- Orden 3319-01/2007, de 18 de junio, del Consejero de Educación, por la que se regulan para la CAM la implantación y la organización de la Educación Primaria derivada de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Orden 1028/2008, de 29 de febrero, de la Consejería de Educación, por la que se regulan para la Comunidad de Madrid la evaluación en la Educación Primaria y los documentos de aplicación.

CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO

El Colegio está situado en un barrio a las afueras de la ciudad, bastante independiente del núcleo urbano, rodeado de parques y carreteras que lo separa de las demás zonas, convirtiéndolo así en una pequeña población en la que la mayoría de las personas que conviven se conocen. A pesar de integrarse en una gran ciudad, la población y el Centro poseen identidad propia.

Tiene el privilegio de su situación y los recursos, principalmente medioambientales y deportivos, que en él radican; lo cual influirá en nuestro alumnado.

Sin embargo, presenta déficits importantes, dada la falta de actividades culturales significativas y continuas (existe un centro sociocultural con escasa actividad). Son las asociaciones de vecinos y otras entidades las que aportan, junto con los colegios de la zona, las escasas iniciativas culturales.

La clase social que vive en esta zona es media en su inmensa mayoría, dedicándose especialmente al sector servicios: construcción (cada vez menor), hostelería, automoción, pequeñas empresas de alimentación...; encontramos también un bajo número de funcionarios de la Administración de Grupo C, y un pequeño grupo medio-alto que habita viviendas unifamiliares pero que, en su mayoría, escolariza a sus hijos en Centros concertados y/o privados. El nivel de estudios de nuestras familias es medio; en el 63% de los casos la mujer se encarga de las labores familiares: muchas dejaron de trabajar al tener hijos. También hay que constatar la existencia de familias que, de forma coyuntural, tienen importantes problemas económicos, sin llegar a la indigencia.

Cada año, progresivamente, recibimos más familias compuestas por minorías étnicas, así como una pluralidad de niños y niñas extranjeros.

CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO

El Centro al que nos referimos es un Colegio Público de Educación Infantil y Primaria, siendo de línea 2, con 18 unidades.

Consta de tres pabellones, en los que están situados las aulas y el resto de dependencias (aulas de Educación Infantil y gimnasio). Dispone de aulas amplias, luminosas y bien acondicionadas. Se encuentra un gran espacio abierto con dos pistas polideportivas entre los edificios, utilizado como patio de recreo, campo de fútbol, baloncesto y otras actividades deportivas, así como otro espacio más pequeño, también usado como patio de recreo para el alumnado de Educación Infantil. Las clases de Educación Física (en adelante, E.F.) se desarrollan en estas pistas si hace buen tiempo, contando además con el gimnasio y una sala de psicomotricidad bien equipada y el doble de amplia, en comparación con el resto de las aulas.

El horario escolar lectivo transcurre de 9:30 a 13:00 horas. y de 15:00 a 16:30 horas; realizamos la exclusiva de 13:00 a 14:00 horas. A mediodía funciona el servicio del comedor. Fuera del horario lectivo se desarrollan otras actividades organizadas por el propio Centro, por el AMPA y por escuelas deportivas.



- Recuerda que en otros Centros de la Comunidad de Madrid puede haberse fijado una jornada continua.
- Conocemos tradicionalmente por «exclusiva» la hora de obligada permanencia en el Centro, fuera del horario lectivo.

Las instalaciones con que cuenta el Centro son las siguientes: aula de audiovisuales, biblioteca, aula de informática, sala de profesores, comedor, aula de música, aulas de logopedia y Pedagogía Terapéutica, aula de compensación educativa, despachos de gestión y administración, pistas deportivas, gimnasio, sala de psicomotricidad y dos cuartos de material de E.F.

El Centro cuenta con 387 alumnos y alumnas escolarizados, de los cuales 7 son de integración y 16 del programa de compensación educativa. El Colegio tiene un total de 24 docentes.

Respecto a nuestra área de E.F., es impartida por dos maestros especialistas. Yo me dedicaré al primero y segundo ciclo, y otro maestro se ocupará del tercer ciclo de Educación Primaria.

Nuestro Centro pretende ser aconfesional e ideológicamente neutro, en el que se intenta alcanzar un buen nivel académico y cultural. Queremos un Centro: estético, ecológico, interdisciplinar, práctico, integrador, abierto a todos y humanista. Que dote de una educación integral, práctica, diversificada, participativa, responsable y constructiva; educando en valores como: respeto a las personas, solidaridad, respeto al medio ambiente, igualdad de oportunidades, autoestima, espíritu crítico y la participación. Para ello, el Centro se propone, como principal finalidad, recogida en su Proyecto Educativo y compartida por mi programación, la de *proporcionar*

a todos los niños y niñas una educación integral basada en los valores del respeto, la participación y el esfuerzo, considerando las diferencias individuales, en un ambiente agradable, afectuoso y responsable.



Esta programación es un modelo. A partir del mismo, puedes detallar las características concretas de tu Centro, en una localidad determinada.

CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS

► Características generales

La siguiente tabla sintetiza las características psicoevolutivas del alumnado de 9-10 años, a partir de las teorías y estudios de los siguientes autores: Piaget, J.; Coll, C.; Palacios, J.; Marchesi, A. y Sánchez Bañuelos, F.

BIOLÓGICAS	Se produce un incremento constante de talla y peso. ¡Ojo con la obesidad!
COGNITIVAS	Comienzan a ser capaces de reflexionar y a prestar una atención más selectiva. Como consecuencia, aparece el análisis. La fantasía no predomina, es la realidad la que está presente en la mayoría de sus acciones, a pesar de que les cuesta poco abandonarla. El menor accede al último paso en la noción de conservación: la conservación de superficies.
MOTRICES	Plena edad de oro del aprendizaje motor: fase que se caracteriza por la estabilización, fijación y refinamiento de los movimientos básicos (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones). La percepción del entorno ya integra objetos y a los demás. Inician mejoras en su dosificación y como consecuencia en la resistencia del ejercicio.
AFECTIVAS	Son menos tímidos. Pueden tener criterio entre lo que está bien o no. Importancia de la normativa. Nacimiento de la autoestima. Buscan la aprobación en sus acciones. Pueden ser muy severos en el juicio, consigo mismos y con los demás.
SOCIALES	Comienzan las primeras pandillas. Aceptación de las reglas. Nivel convencional. Las actividades deportivas empiezan a gustarles. Asumen autoridad (si la hay). Confían en el maestro/a.

Una vez vistas las características generales de los alumnos y alumnas, pasará a las particulares de mi grupo.

► Características particulares del grupo

Esta programación va dirigida a un grupo de 21 alumnos/as de 4º de Primaria, de los cuales 5 son inmigrantes (3 ecuatorianos, 1 marroquí y 1 polaco) y 2 niñas de etnia gitana. Contamos con 2 alumnos/as con necesidad específica de apoyo educativo: 1 alumna que presenta necesidades educativas especiales y se encuentra diagnosticada, en su paso de Educación Infantil a Primaria, con discapacidad psíquica ligera-media; y 1 niño ecuatoriano que se escolarizó el curso pasado, con integración tardía en el sistema educativo. La primera requiere de adaptaciones significativas en nuestra área, que serán recogidas en mi programación en el epígrafe de *atención a la diversidad*; el alumno ecuatoriano también presenta una competencia curricular baja, pero su desfase es menor que el caso anterior, y no afecta a la Educación Física. Se escolarizó en este nivel por su edad cronológica, precisa de apoyos en las áreas instrumentales y estrategias y/o ayudas muy concretas con nosotros (E.F.) relativas a la comprensión oral y escrita, que serán explicitadas en las estrategias metodológicas y desarrollo de las sesiones.

Las dos alumnas de etnia gitana se hallan dentro del Programa de Compensatoria, por lo que también reciben un apoyo externo (aunque no en nuestra área): al igual que ocurre con el alumno antes citado, precisan, en momentos muy concretos de algunas tareas, especialmente en las relativas a comprensión oral y utilización de las TIC, cierta ayuda, que será también registrada en el apartado de *atención a la diversidad*. Por lo demás, se trata de un grupo homogéneo, con un total de 9 niños y 12 niñas, ninguno repetidor. La mayoría se encuentra escolarizada en el Centro desde Educación Infantil y no tiene problemas de maduración motora, y responde positivamente a todas las actividades propuestas. Por último, no encontramos absentismo escolar, siendo un grupo bastante alegre, dinámico y participativo.

OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA

Fijados por el **Decreto 22/2007, de 10 de mayo**, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Primaria; recojo únicamente aquellos que, por el contexto y mis intenciones, más se relacionan con mi programación:

- b)** Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y responsabilidad en el estudio así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje con los que descubrir la satisfacción de la tarea bien hecha.
- c)** Desarrollar una actitud responsable y de respeto por los demás que favorezca un clima propicio para la libertad personal y el aprendizaje, así como fomentar actitudes que favorezcan la convivencia y eviten la violencia en los ámbitos escolar, familiar y social.

- d) Conocer, comprender y respetar los valores de nuestra civilización, las diferencias culturales y personales, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- j) Iniciarse en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.
- k) Valorar la higiene y la salud, conocer y respetar el cuerpo humano, y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Comunicarse a través de los medios de expresión verbal, corporal, visual, plástica, musical y matemática, desarrollando la sensibilidad estética, la creatividad y la capacidad para disfrutar de las obras y las manifestaciones artísticas.



Puedes consultar todos los objetivos de la etapa en el Anexo final nº 14.

OBJETIVOS GENERALES DE ÁREA

Fijados en el mismo Decreto, resulta imposible seleccionar los que mayor relación tienen con mi programación y discriminar otros pues, de una manera u otra, reflejan capacidades que desarrollaremos a lo largo del curso.

La enseñanza de la Educación Física en esta etapa tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.
2. Apreiciar la actividad física para el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo y las demás personas y reconociendo los efectos del ejercicio físico, de la higiene, de la alimentación y de los hábitos posturales sobre la salud.
3. Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
4. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores y actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.
5. Realizar de forma autónoma actividades físico-deportivas que exijan un nivel de esfuerzo, habilidad o destreza, poniendo el énfasis en el esfuerzo.
6. Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea, y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de los demás.

7. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética creativa y autónoma, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
8. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan.
9. Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar los objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.
10. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas como elementos culturales, mostrando una actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador.
11. Realizar actividades en el medio natural de forma creativa y responsable, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
12. Fomentar la comprensión lectora como medio de búsqueda e intercambio de información y comprensión de las normas del juego.
13. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

Grandes y actuales pedagogos (Expósito López, J.; Medina Revilla, A.; Rodríguez Diéguez, J. L., etc.) nos hablan de una última concreción en los objetivos de un plan de trabajo y distinguen entre dos categorías de objetivos didácticos, a saber: los de la programación y los de las unidades didácticas.

Los primeros parten del desarrollo y concreción de los objetivos generales que el Centro ha diseñado para este Ciclo educativo y que forma parte del Proyecto Educativo. Los seleccionaré, ordenaré y adaptaré para establecer los objetivos de mi programación con carácter anual.

En segundo lugar planteo metas, a más corto plazo, en cada una de las unidades didácticas, que en conjunto se orientan a la consecución de los objetivos de la programación, de los que parten y desarrollan las competencias que en éstos se plantean.

Los objetivos de mi programación son:

1. Conocer, interiorizar e incrementar las posibilidades de movimiento del cuerpo y de los distintos segmentos que lo integran en las diferentes actividades físicas practicadas, *respetando en todo momento* las posibilidades de los compañeros.
2. Apreciar la actividad física para el bienestar, manifestando una *actitud responsable hacia uno mismo y las demás personas*, consolidando hábitos saludables elementales y adquirir otros nuevos en relación a *aspectos higiénicos, alimentarios* y a la práctica segura de actividad física (indumentaria, material e instalaciones).

3. Interesarse por la *práctica de actividad física en condiciones de discapacidad* y participar en ellas, mostrando respeto por las mismas y tomando conciencia de las dificultades que suponen.
4. Participar en las tareas motrices asumiendo las propias posibilidades, tratando de ajustar el desempeño físico a las mismas.
5. Realizar de forma autónoma actividades físico-deportivas que exijan un nivel de esfuerzo, habilidad o destreza, poniendo el énfasis en el *esfuerzo* y no el resultado obtenido.
6. Ajustar los movimientos a las exigencias de la tarea en relación a la apreciación de trayectorias, distancias, velocidades y ritmos.
7. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma autónoma para comunicar ideas, sensaciones, ritmos y estados de ánimo.
8. Desarrollar el equilibrio y la coordinación para llevar a cabo movimientos más fluidos, eficaces y adaptados a las exigencias del entorno.
9. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan, intentando crear un *ambiente responsable y agradable*.
10. Participar en actividades físicas estableciendo *relaciones de cooperación* para alcanzar los objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.
11. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas que practicaremos durante el curso, aunque de manera muy adaptada, como elementos culturales.
12. Realizar actividades en el medio natural próximo de forma *creativa y responsable*, y ser consciente de la importancia de contribuir a su protección y mejora.
13. Fomentar la *comprensión lectora y la expresión oral* como medio de búsqueda e intercambio de información y comprensión de las normas del juego.
14. Utilizar las *tecnologías de la información y la comunicación* y los recursos informáticos de nuestra comunidad como apoyo al área.



En cursiva hemos dejado constancia de constancia de manera explícita, como más concretamente veremos en el desarrollo de las Unidades Didácticas y sesiones, de aquellos conceptos, ideas, procedimientos y recursos que mayor vínculo y relación tienen con nuestras intenciones y las del Centro.

AUTORES DE LA PROGRAMACIÓN

- **Rubén Darío Pérez Serrano (Director de Programaciones y Unidades)**
Diplomado en Magisterio, especialidad en Educación Física, C.E.I.P. «Príncipe de Asturias» en Móstoles (Madrid).
- **Jordi Alfaro García**
Diplomado en Magisterio, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza en el C.E.I.P. «Vila-romá», en Palamós (Girona).
- **Sergio Alonso Delgado**
Diplomado en Magisterio, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza en el C.E.I.P. «Tamaino» en Santiago del Teide (Tenerife).
- **Yolanda Arenas Carretero**
Licenciada en Psicopedagogía y Diplomada en Magisterio, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza en el C.E.I.P. «Miguel de Cervantes», en Paterna (Valencia).
- **José David Belmonte Martínez**
Diplomado en Educación Física, ocupa plaza en el C.E.I.P. «Santo Ángel», de Santo Ángel (Murcia).
- **María del Carmen Fernández Ceballos**
Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y Diplomada en Magisterio, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza en el C.E.I.P. «Pintor Agustín Riancho» en Alceda (Cantabria).
- **Matías Jiménez Ortiz**
Licenciado en Humanidades y Diplomado en Magisterio, especialidad en Educación Física. Ocupa plaza y es Director del C.R.A. «Pinares de la Manchuela», en Cenizate (Albacete).
- **Elena Martín Piñuela**
Diplomada en Magisterio, especialidad en Educación Física y habilitada en Educación Infantil. Ocupa plaza en el C.R.A. «El Tomillar», de Villar de Peralonso (Salamanca).
- **Darío Antonio Montero González**
Licenciado en Filosofía y Ciencias de la Educación, y Diplomado en Magisterio, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza como Director en el C.E.I.P. «Eulalia Álvarez Lorenzo», de Langreo (Asturias).

■ Manuel Prieto Sánchez

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ocupa plaza en el C.E.I.P. «Nuestra Señora de la Jara», en Acedera (Badajoz).

■ Jesús Redondo Mercadal

Licenciado en Filosofía y Ciencias de la Educación (especialidad Orientación Escolar), y Diplomado en Profesorado de E.G.B., especialidad en Ciencias. Especialista en Educación Infantil y Educación Física. Ocupa plaza en el C.R.A. «Muniesa», en Muniesa (Teruel).

■ Emilio Javier Rosa Martínez

Diplomado en Educación Física, especialidad de Educación Física. Ocupa plaza como Director en el C.E.I.P. «Mirasierra de las Norias de Daza», en El Egido (Almería).